

# 快適さまで なに？

「人間らしさ」「自然さ」を科学する。

木と、Natural Amenity

## CONTENTS

- 1.健康は、片足で立っている・・・ P1
- 2.不足しがちな心の栄養素・・・ P2
- 3.安易語にひそむ不安感・・・ P3
- 4.木は生、人の氣に通じる・・・ P4
- 5.これも、ひと目ぼれ・・・ P5
- 6.以心伝親・・・ P6
- 7.肌も髪も、水分に敏感・・・ P7
- 8.香りにも、一芸・・・ P8
- 9.〈事例紹介〉木が創る快適空間 P9～P14



# 健康は、 片足で立っている。

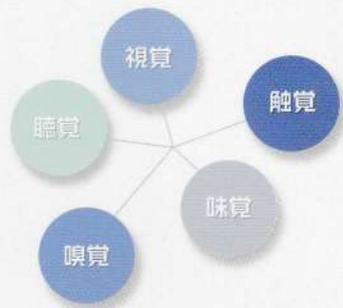
## 大人も子供も イライラ症候群。

技術の進歩や所得の向上により、便利さや豊かさを実感できるようになった私たちの社会。しかし、それがすべての面に人間らしい幸せをもたらしたでしょうか。眠い目をこすりながら出勤するお父さんたちは、情報化が進み目まぐるしく変化するビジネス環境にあって、プレッシャーを感じ続けています。また、昔のように友だちの中でもまれたり、体を動かして遊ぶことが少なくなった子供たちは、塾通いや人間関係の希薄化の中で、孤独感をつのらせているようにも見えます。そして、社会に出る機会が広がったミセスたちも、家事と仕事の両立で気持ちの切りかえが大変。心のゆとりをなくしている人も少なくないように思われます。

## 蓄積したストレスが 病気を招く？

現代社会は、またストレス社会というマイナスの二面を持ち合わせているのです。以前からストレスは、人間の自律神経系とホルモン系に影響を与えることは知られていましたが、最近では体を病気から守る免疫系への障害も明らかになっています。つまり、慢性的なストレスが人間の免疫機能を低下させ、病気をおこしやすくしているというわけです。そんなストレス社会の中で家族の健康を考えると、大切な一つのキーワードが見えてきます。それは「快適さ」ということ。私たちに心身ともにリラックスできる環境が、今こそ必要なのだといえます。

# 不足しがちな心の栄養素。



## 人の五感へ、 リラックス・ハーモニー。

快適さとは何かと、問われれば、人それぞれに返ってくる答えは違うはず。ある人は、気持ちよくお湯につかっている姿を想像し、別の人は緑の中をハイキングしている場面を思い浮かべ、また、畳に寝っ転がって大の字になったり、好きな音楽を聴くことに、やすらぎのイメージを重ね合わせる人もいることでしょう。くわえて、快適さを表す言葉も、へ気持ちいいへ爽快だへやすらぐなど、いろいろであり、快適さの尺度にも個人差が見られます。なぜかといえば、快適さとはいろんな要素の複合体だからです。視覚、触覚、嗅覚、聴覚、味覚と、五感に働きかけるそれぞれが人間の快適さを左右するものなのです。

## モノの満足から、心の充足へ。

WHO(世界保健機関)では、健康や安全にくわえて、快適さも、私たちが人間らしく生活する上での基本的な要素であると唱えています。もともと人間は、衣食住といった基本的なニーズが満たされると、快適さを求めたり、さらに二段高いレベルの満足を求める心の働きがあります。豊かで成熟した日本に暮らす私たちが、日々の生活において快適さを求めるのは、当然のことであるといえるでしょう。



# 便利と 安易語 不安感

いう  
にひそむ

人を生んだのは自然。  
人と気づかせるのも自然。

木漏れ日にきらめく緑と澄んだ空気、訪れたキャンプ場で、からみあっていた緊張の糸がほぐれていくのを覚えたり、ガーデニングや家庭菜園でひさしぶりに触れる土の感触に懐かしさがこみあげてきたり、誰にもそんな経験があるはず。人間はもともと自然の生きもの。都会を離れて自然の環境に身を置いたとき、心からリラックスできるのは当然のことなのでしょう。そして、現代人に必要な快適さとは、私たちが失いかけている、こんな人間らしさ、自然さを気づかせてくれるものであるはず。しかし、この快適さをはきちがえて、ただ、ラクな方へ、ラクな方へと流されていく、オートマ仕様の生活に陥ることの弊害に、私たちは目を向ける必要があります。

人間の本能や感性が  
衰えていく。

スイッチ一つで稼働する室内の空調システム、過度な清潔さを求める抗菌グッズの氾濫、インスタントの冷凍食品やできあいの総菜ですませることの多い食事。手間いらずのものを際限なく求め続けることで、人間が本来そなえている本能や感性まで衰えさせてしまっているのではないかと不安になります。技術は絶え間なく進歩しています。しかし、新しいものがすべてベストだとする思いこみは禁物です。古いものの中にも大切にしたいもの、現代の暮らしに活かしていきたいものがたくさんあることを、今一度、考えてみてくださいね。

## 人間が人間らしく 生きることの大切さ。

都会を離れて、自然とふれあつた時に感じる快適さ。そんな視点から、同じ自然育ちの素材である木を見ると、ただラクなだけ、便利なだけに流れない、適度な快適さがあることを私たちに教えてくれます。たとえば住まいの内装に木を使えば、機械に頼らなくても、自然の調湿作用が働いて、ジメジメしているときには湿気を吸収し、乾燥している時には湿気を放出してくれます。木に触れていても冷たく感じないのは、人の体温を奪わないからであり、その自然の風合いと香りが人の心を落ち着かせてくれます。いき過ぎた快適さではない、自然体の快適さ。それが本来、人間にとって一番適した環境なのかも知れません。

## 木は“自然な快適さ”を 教えてくれる。

木の住まいで暮らしたい。それは自然の生き物である人間の一番シンプルで強い欲求なのかもしれません。カーペット敷きの床に比べて、確かに木の床だとホコリが目立ちます。しかし、それは、掃除に手間がかかる一方で、床にじかに座つて遊ぶことの多い小さな子供を、ホコリやダニから守ることにつながっているのです。手間をかけるからこそ、得られるものがあることを、木が教えてくれているようですね。人工的ではない、人間の心身と調和する快適さをつくる恩恵。それがストレス解消素材としての木の魅力であるといえます。



木は生き、人の氣に通じる。



# これも、ひと目ぼれ。

朝から夜へ、  
人の体には二日のリズムがある。

人間は光によって物のカタチや色を見分けることができます。そして、日の出と日没をくりかえす一日にあわせて、体温や神経活動、ホルモンの分泌など、人間の体の中にも光に同調するリズムができあがっています。しかし、夜遅くまで明るい照明にさらされていたり、テレビやパソコンの画面などで光の刺激を受けることが多くなると、生体のリズムに悪い影響を与えることとなります。

**木は目によさしい反射光をつくる。**

人が一番やすらぐのはやはり自然の光。木は室内に差し込む光をまろやかにし、生体への刺激の少ないやさしい視覚環境をつくってくれます。木に太陽の光が当たった場合、有害な紫外線の反射は小さく、目への刺激も小さくすすみます。それは、人間の目には見えないのですが、木材の表面には実は凹凸があって、当たった光がまばらに散らばるため、強い反射光にはならないのです。また、木材は黄や赤の可視光線や赤外線など、長い波長の光をよく反射します。そのため木材を見た時、人はややわかさや温かみを感じるわけです。

紫外線を吸収する、木のまろやかな光沢。  
自然の風合いに気持ちがあがってくる。



## ヒノキ壁面と白色スチール壁面を見たときに……



広さ22㎡の個室において実験を実施。カーテンが開くと同時に壁面が被験者の目前にあわれます。ヒノキ壁面と白色スチール壁面、それぞれの生体反応を測定しました。(写真はヒノキ壁面)

資料提供：静岡県静岡工業技術センター

男子大学生14名を対象に、実物大のヒノキ壁面と白色スチール壁面の視覚刺激が人にどのような影響を与えるのか調べました。その結果、ヒノキ壁面の視覚刺激は、主観評価においては、自然で変化に富んだ印象を与え、抑うつ、落ち込み感を低下させることがわかりました。さらに収縮期血圧に関しては、ヒノキ壁面を“好き”と評価したグループにおいては、有意な低下を認め、”嫌い”と評価したグループにおいても有意な血圧の上昇は認められず、ストレス状態を生じさせないことがわかりました。

これに対して、白色スチール壁面の視覚刺激は、主観評価においては、不健康で新しい感じを与え、抑うつ、落ち込み感を増加させ、活気感を低下させることがわかりました。収縮期血圧に関しては、白色スチール壁面を“嫌い”と評価したグループにおいて有意な上昇を認め、典型的なストレス状態を生じさせることが明らかになりました。



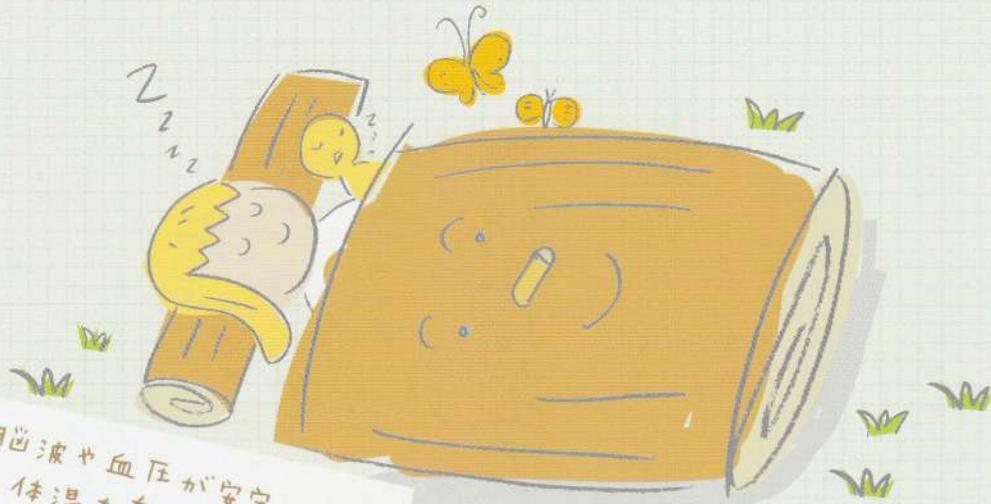
# 親伝心

人間の触覚感はとてもデリケート。

幼稚園児に普通の肌着と、特に柔らかい肌着の2種類を着用させたところ、柔らかい肌着の方がストレスが加わった時に増加するコルチゾールの値が低く、免疫の働きの値が高くなることが報告されています。このように皮膚への刺激は子供の成長に大きな影響を与えると考えられます。もともと、人の触覚感はとてもデリケートであり、乾湿感(乾いた感じ・湿った感じ)や温冷感(温かい感じ・冷たい感じ)、そして硬軟感(硬い感じ・軟らかい感じ)などの要素がからみあつて形づくられています。木の乾湿感、ガラスやアルミニウムに比べて、湿った感じは少なく、また、塗装した木よりも無塗装の方がさらに乾いた感じがします。そして温冷感や硬軟感でも、木は金属類ほどの冷たさや硬さがなく、適度な感じを与えます。

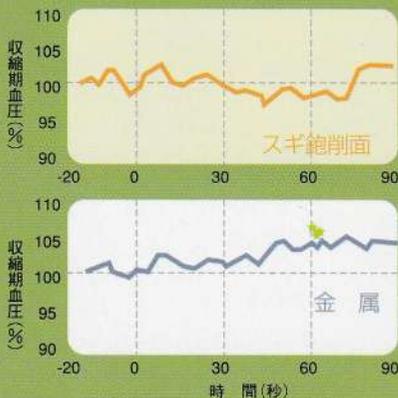
**木に触れている時、人はノーストレス状態。**

人が木に好感触を覚えるのは、木に触れていると人の自律神経の活動は安定したままで、ストレスを感じない状態になることから明らかです。これは木は熱伝導率が低く、人が触れていても体温が奪われにくいことも、温かさや軟らかさを感じる要因ともなっているようです。木はその他にも、弾力性、衝撃吸収性、耐久性など、バランスの良い特性を備えており、住まいの床材や壁材に最適な材料であるといえます。

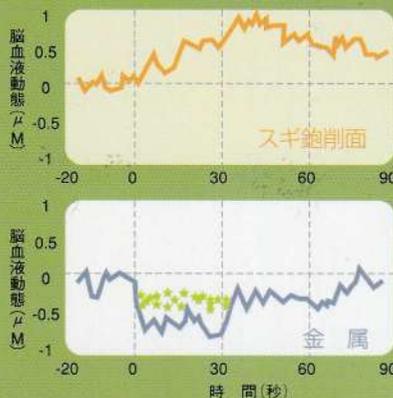


木に触れると、脳波や血圧が安定してくる。  
ヒヤリしないのも、体温を奪わないが正解。

〈自律神経活動〉



〈中枢神経活動〉



スギ板、金属に触ってみると……

椅子に座って目をつぶり、スギ板(カンナ掛けした面)と金属を、撫でないで90秒間触り続ける実験を行いました。その結果、自律神経活動の指標である収縮期血圧においてスギ板への接触には変化が認められませんが、金属では明らかな上昇を示し、生体がストレス状態にあることがわかりました。

また脳活動においては、スギ板への接触は上昇する傾向があり、逆に金属への接触は低下が観察されました。また後半部の変化から、スギ板への接触では高い脳活動を維持し、面白みを感じる素材であることが示されました。

(平均値 ★★:P<0.01 ★:P<0.05)



# 肌も髪も、水分に敏感。

夏と冬では湿度状態がちがう日本の気候。

快適さというと、暑さ、寒さばかりに目を向けがちですが、実は湿度も人の快適さを左右する大きな要因の一つです。日本の気候は夏場は湿度が多く、逆に冬場は湿度が少ないという特徴があります。夏は同じ温度でも、湿度が多いと蒸し暑く感じられ、湿度が少ないと涼しく感じられません。また冬は同じ温度でも、湿度が少ないと寒く感じられ、湿度が多いと暖かく感じられます。そのため、湿度を適度に調節することは、暑さ、寒さをやわらげるためにも有効なことなのです。また、乾燥しやすい冬場に湿度を上げると、風邪の原因となるインフルエンザのウィルスの活動も抑えられます。

## 木は室内の湿度を一定に保ってくれる。

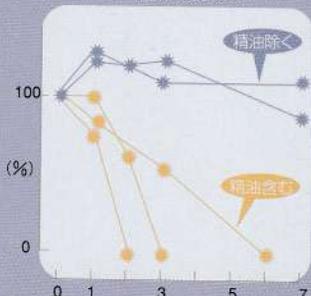
木には、空気中の湿度を適度な範囲内に保とうとする働きがあります。これを「調湿作用」といい、木は湿度が高くなると湿気を吸収し、逆に湿度が低くなると湿気を吐きだして、湿度変化の少ない快適な空間をつくってくれます。木をふんだんに使った住まいは、湿度が一定に保たれて、室内が結露しにくく、さらに木の精油成分が働いて、カビやダニの発生も抑えられるというわけです。



### 木屑の中でダニを飼育してみると……

ヒノキ、スギなどの木屑の中でダニを飼育すると、その繁殖がストップすることがわかりました。これは木の精油成分がダニの繁殖を抑える効果があるためで、精油を含まないものに比べて著しい差が見られました。

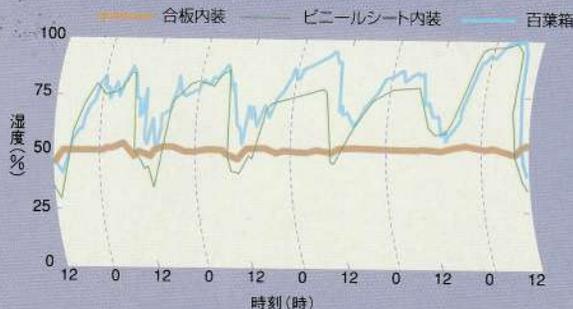
ヤケヒョウヒダニ



出典：高岡正敏：住宅と木材 Vol.10, No.113 (1987)

### 合板内装とビニール内装の湿度のちがいは……

6畳平屋の住まい2棟を、合板とビニールでそれぞれ内装し、湿度変化を調査しました。ビニールの内装の住まいでは1日の周期で大きな湿度変化が見られたのに対し、合板内装の住まいでは、湿度が約50%に保たれたままでした。



出典：則元京ら 木材研究資料No.11 (1977)



# 香りにも、一芸。

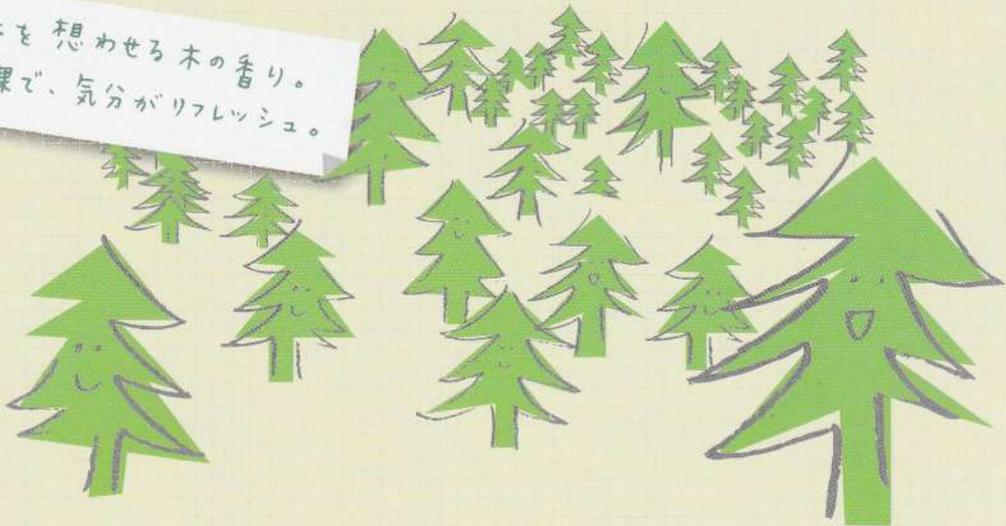
フィトンチッドは  
 森の神秘のエッセンス。

森の清々しい精気を体いっぱい浴びる森林浴。その爽快さは、一度味わったら忘れられませんね。森に生きる木や植物が発散させる香りの正体は、フィトンチッドと呼ばれるもので、有機化合物であるテルペン類がその主な成分となっています。このフィトンチッドには、人の自律神経を安定させるリフレッシュ効果、消臭効果、殺菌・防虫効果などがあり、私たち日本人もその働きを、昔から生活の知恵として活用してきました。

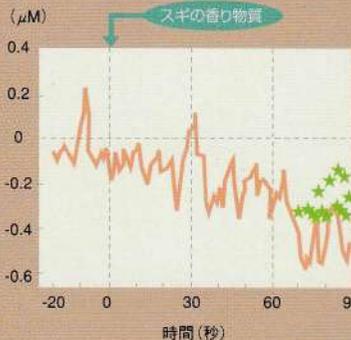
日本人の暮らしにただよう木の香り。

たとえば、「総ヒバ造りの住まいは3年間は蚊が入らない」と言われますが、住まいを建てるときにヒバやヒノキ、スギなどの木を使うのは、木が放出するフィトンチッドに虫や菌をよせつけない成分が含まれているからです。同じようにクスノキなどの木で造ったタンスは優れた防虫効果を発揮します。また、お寿司屋さんののれんをくぐれば、ヒノキの台に握られた鮓がでてきたり、まな板に木を使うことが多いのも、木の殺菌と消臭効果を巧みに活かしているからなのです。以前から木の香りには人をリラックスさせる効果のあることが、経験上知られていましたが、今では、それが科学的に証明されはじめています。長年にわたって、日本人の生活とともにあった木の香り。最近、木造ではない住まいも増えてきましたが、懐かしい暮らしの記憶を思い起こさせる木の香りを、これからますます身近に感じていきたいですね。

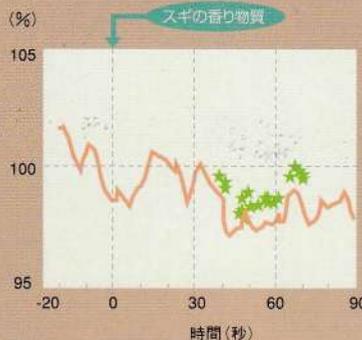
清々しい森林を想わせる木の香り。  
 殺菌・消臭効果で、気分がリフレッシュ。



【脳血液量】



【収縮期血圧】



(平均値 N=13, ★:P<0.05)

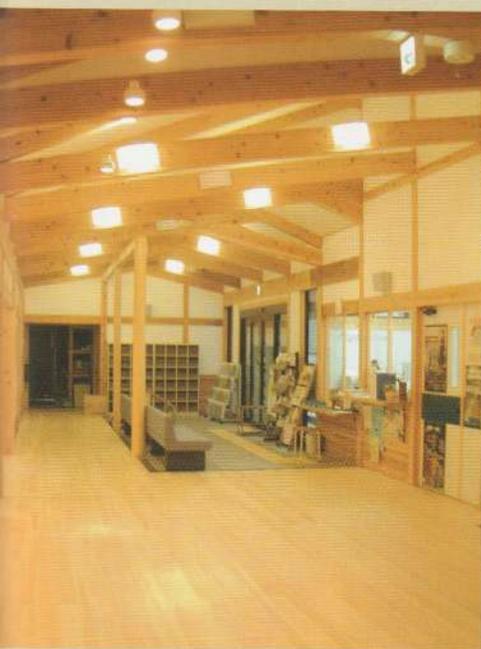
スギの香りを嗅いだときに……

男子大学生13名を対象に、スギ材チップの香り物質を鼻下約15cmから投与しました。その結果、前頭部の脳血液量が有意に低下し、脳活動が沈静化したことが明らかになりました。さらに収縮期血圧も有意な低下を示しました。また、同時に測定した主観評価においても、快適かつ自然であると認識されました。これらの結果から、木材の香りが生理的な変化をもたらし、生体をリラックスさせる働きがあることがわかりました。

# 木が創る 快適空間

〈事例紹介〉

住宅ばかりでなく、人々が働く場所や、集う場所、そんな街の施設においても快適な環境づくりを考えたい。ここでは民間、公共を問わず、自然素材である木を使って快適な空間づくりを行った事例を紹介します。



■緑の山を背景に右手が公民館、左手が幼稚園となっている

## Report 1

地域産の木材を使った公民館は、住民の交流の拠点となる複合施設。

静岡市立清沢公民館

土地の匂いのする  
地域文化を育むために。

静岡市内から薬科川の上流へと、車を走らせること30分。体が清々しい山の空気になじみはじめた頃、水色の屋根が目印となっている清沢公民館が見えてくる。平成16年9月にオープンしたこの大型木造施設は、既存施設の老朽化にともなう耐震対策の一環として建設が進められたものであるが、目的はそれだけにとどまらない。まず、同じ敷地内に清沢幼稚園を隣接し、複合施設というかたちで世代をこえた交流を生み出そうとするところ。そして地域産のスギ材を活用し、地産地消による公共施設建設のモデルケースともなっていることだ。木を張り巡らせた外壁は、周囲の山々の緑と調和し、床、壁、梁とふんだんに使われた木の香りが、来館者をやさしく迎える。

木のぬくもりの中に

広がる人の輪、心の輪。

住民が集い、ふれあう施設へ。この公民館では、大型ホールや和室の集会所など充実した施設を利用して、住民が集う生涯学習の場として、様々な講座や趣味の会、サークル活動などのプログラムが予定されている。「以前の建物は鉄骨造りで、どこか冷たい印象がありました。やはり木の施設にはあたたかさがありますね」。そう笑顔で話す2人の職員は、人と人との出会いをつくり、新たな生きがい

を発見するサポート役となる夢をふくらませている。高い天井がつくる開放感いっぱいの木の空間。地元の木を活用したこんな公共施設が生まれることで、地域らしい町の景観をつくることができるだろう。



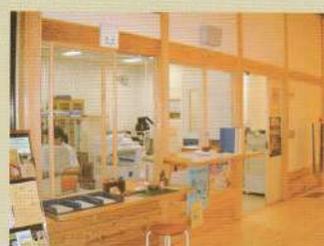
■真新しい器具が並ぶ明るい印象の調理実習室



■床にはヒノキ材、腰壁にはスギ材を配した第1集会所



■天井に渡した木の梁が白壁と美しいコントラストを見せる

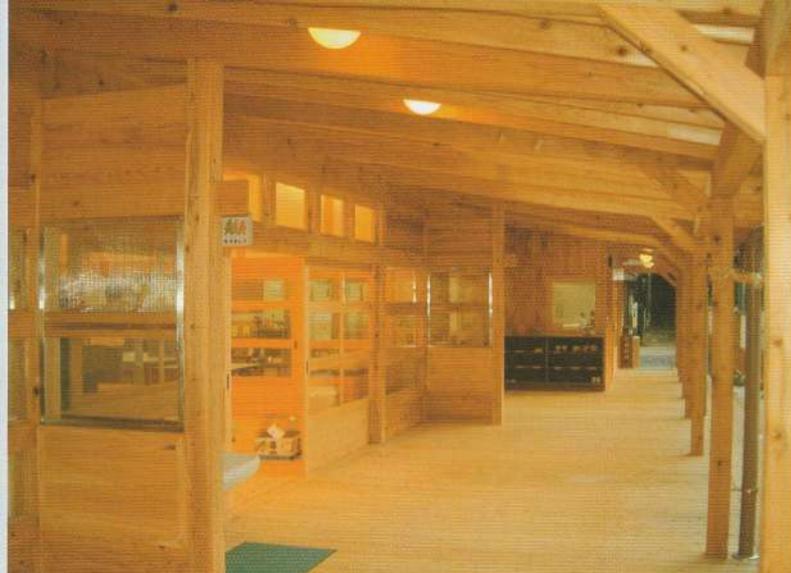


■行政サービスの身近な窓口となる事務室

## Report 2

木のやさしさの中で、スクスク育て！  
なごみの空間にひびく、園児たちの元気な声。

静岡市立清沢幼稚園



■屋根付きのウッドテラスは爽やかな風が吹き抜ける場所



■幼稚園の前面には遊具を備えた園庭が広がっている



■木の机と椅子が置かれ楽しく飾りつけられた保育室

あどけない笑顔こそ、  
地域のかけがえのない財産。

園児たちの元気な声に、公民館を訪れた人たちの顔も思わずほころぶ。清沢幼稚園は、隣接する清沢公民館と同様に木がふんだんに取り入れられた施設だ。保育室とプレイルームを自由に歩き来できるオープンスペースの中で、木製の机で絵を描いたり、ヒノキの床に腰をおろして玩具で遊んだり、イキイキとした園児たちの姿が印象的だ。いたずら盛りの子供たちのこと、完成当初は木が傷ついたり、汚れたりしないかと、気をもんだと話す先生たち。しかし、以前の施設からここに移って、大喜びしている園児たちの姿を見て、そんな気づかいも吹き飛んだとのこと。木のぬくもりの中で、わんぱくっ子に負けないうらい、のびのびと保育にあたっている。どんな素材で仕上げるのだから、施設にメンテナンスは不可欠だ。木を使っているのなら、その性質を知り、適した手入れをすれば、木はいつまでも自然な快適さを子供たちに与え続けてくれることだろう。

自分の祖父母と接するような、  
ほのぼのとした交流。

近くにある清沢小学校の校長が、この清沢幼稚園の園長を兼任している。生徒数51名の清沢小学校の教職員は12名。「二人一人の生徒に目が行き届き、親身な指導ができることがうれしい」と、校長先生は壁に貼られた生徒の顔写真入り「住居マップ」に目を細めながら語る。子供たちとの心のつながりを大切にする、そんな教育姿勢は、この清沢幼稚園にも充分に反映されている。核家族が進んで、祖父母とふれあう機会が少なくなった園児たち。しかしこの複合施設なら、公民館を利用するお年寄りたちと接する機会がもてるため、園児たちにとって大きなプラスとなることだろう。子育ては家庭と学校が行うものと決めつけずに、地域の子供を地域ぐるみで育てていく。そんな社会教育への熱意ある取り組みが伝わってくる。

### 清沢公民館・清沢幼稚園複合施設 (建築DATA)

所在地：静岡県静岡市葵区渡66番地の2  
 設計：(株)増田千次郎建築事務所  
 施工：たか井建設(株)  
 構造：木造平屋建  
 敷地面積：3,022.55㎡  
 建物規模：公民館延床面積/441.62㎡  
 幼稚園延床面積/202.19㎡  
 共有部分：9.91㎡  
 公民館部分：第1集会室/106.72㎡  
 第2集会室/31.95㎡  
 調理実習室/26.99㎡  
 幼稚園部分：保育室1・2/各32.36㎡  
 プレイルーム/51.77㎡  
 主たる使用木材：スギ、ヒノキ



■公民館のホール扉を開けば幼稚園の保育室につながる



■高い天井をおおげば躍動感あるスギ材が架けられている



■部屋の前に付けられた可愛いネームプレートが目を引く



■床に張りめぐらしたヒノキがまだ初々しいプレイルーム



■左右に広がる事務所やカフェテリアをコリドールで結ぶ構造



■OMソーラーの講習会や集会など多目的に使えるカフェテリア



■開放感のある閲覧室でミーティングや打ち合わせもできる



■水質を浄化し新たな水源づくりにも着手



■コリドールの先端は光がふりそそぐアトリウムとなっている

## Report 3

人間らしい健康的な空間づくりを  
働きながら追求する実験的オフィス。

「地球のたまご」OMソーラー協会

空間の構成は、施設建築でありながらOMソーラーの基本である「住まいのスケール」を持ち込み、6棟のオフィスとカフェテリアをコリドール（回廊）で結んだ低層2階建ての分棟型となっている。施設には様々なOMソーラーシステムを導入し、ここに働く総勢80名のスタッフたちが身をもって実験と検証を重ねながら、その結果をフィードバック。技術の改善や新しいシステムの開発に取り組んでいる。また、建物本体で完結させることなく、長期的なメンテナンスから周辺環境の再生に取り組んでいることも注目すべき点。水質浄化や、在来植物や樹木の移植など、5年、10年かけて湖岸の生態系の育成を目指している。将来、この「地球のたまご」から、どんな新しい技術が育っていくのか楽しみだ。

### 住まいのスケール空間に、多様なOMソーラーシステムを導入。

夏は夏らしく、冬は冬らしく過ごしながら、健康的に暮らす。人間らしい快適さをテーマに、太陽、水、風といった自然エネルギーを活かした住まいを提案しているOMソーラー協会。その新しい本部として、2004年5月に誕生したのが「地球のたまご」だ。「当初から、たんなる社屋ではなく、OMソーラーのシンボル、研究開発、そして情報発信基地となる施設を目指した」と担当者が語るように、「地球のたまご」という名前には、ここから様々な技術が生まれ育っていくように、との願いが込められている。「近くの山の木で家をつくる運動」を展開している当協会の本部であること、また、全国有数の林産地である天竜が背後にあることから、建物の構造材や内装材に天竜スギを活用。浜名湖畔に広がる約1万坪の敷地を活かして何ができるのか、その可能性をさぐってみよう。

■天井にいろいろな種類のハンドリングボックスが設置された事務所



■回廊には100年前に植えられたという天竜スギを、OM乾燥庫で処理して使用

#### (建築DATA)

所在地: 静岡県浜松市村郷町4601  
 建築: 永田昌民+OM研究所  
 設計担当/永田昌民・武山倫・古川泰司・谷英樹  
 神山孝雄・徳田英和・奥山綾子  
 監理担当/永田昌民・徳田英和・坂田卓也(アトリ工務)  
 施工: 須山建設  
 構造: 木造一部RC造・地上2階  
 主な内部仕上げ: 天井/PB12.5tEP-II  
 壁/漆喰  
 床/セダーハード杉30t、ソイルセラミックス  
 敷地面積: 32,700.05㎡  
 建築面積: 1,376.45㎡  
 延床面積: 2,018.85㎡  
 1階/790.23㎡ 2階/1,194.06㎡  
 ロフト/34.56㎡  
 主たる使用木材: スギ

### 自然と共生する新たな研究開発、 情報発信の拠点。

夏は夏らしく、冬は冬らしく過ごしながら、健康的に暮らす。人間らしい快適さをテーマに、太陽、水、風といった自然エネルギーを活かした住まいを提案しているOMソーラー協会。その新しい本部として、2004年



■入口横の事務室内には木でつくられたカルテ棚を設置

## Report 4

木を使いたいやし空間の中で  
患者の心を開くメンタルクリニック。

もあクリニック



■大きな木の格子窓が外観にアクセントを与えている



■処置室では必要に応じて様々な治療が  
ほどこされる



■木の床と壁が室内に落ち着いた雰囲気  
をかもします



■木がふんだんに使われた施設内は  
すべてバリアフリー



■木の格子窓をすかして待合室に陽光が差し込む

調湿性のある木と塗り壁で  
内部を構成。

入口の扉を開くと床や壁、天井とふんだんに使われた木が目飛びこんでくる。浜松市にある「もあクリニック」は、神経科・精神科を診療科目とするメンタルクリニックだ。木造2階建て(一部鉄骨)の施設は、2つの診療室、処置室、待合いロビー、事務室を備えたバリアフリー仕様。廊下やロビーはもちろん、各室内にも地元産の天竜スギが使われており、不安で胸がふさがる初診者の緊張をやわらげてくれるだろう。壁がクロス貼りではなく塗り壁なのも、目への刺激を考えたと設計者の配慮から。機能的でありながら無機質さを感じさせない、このクリニックは従来の医療施設とは味違うやすらぎをたえている。

診療の中で築きあげる、  
患者との信頼の絆。

ストレス社会を生きる現代人は、どんなかたちであれ誰もがプレッシャーを受けているといえるだろう。「もあクリニック」では、神経症、うつ病、心身症、摂食障害、アルコール依存と、多岐にわたる症状にきめ細かく対応するとともに、子供や女性、高齢者向けと、それぞれに専門的なカウンセリングも確立している。「患者さんと接するときには、心を開いてくれるように、信頼関係を築くことが何よりも大切」と院長が語るように、個々のケースとじっくりと向き合いながら、対話で心のバリアを取り除き診療を重ねていく。そんな親身な姿勢が患者たちの大きな支えとなっている。

### (建築DATA)

所在地: 静岡県浜松市高丘西3丁目45-22  
 設計: (有)松永設計  
 施工: (株)杉浦建築店  
 構造: 木造(一部鉄骨造)2階建  
 敷地面積: 436.63㎡  
 建築面積: 157.41㎡  
 延床面積: 200.54㎡  
 主たる使用木材: スギ



■洗面・トイレ・入浴室にはヒノキが使われ明るい印象に仕上がっている



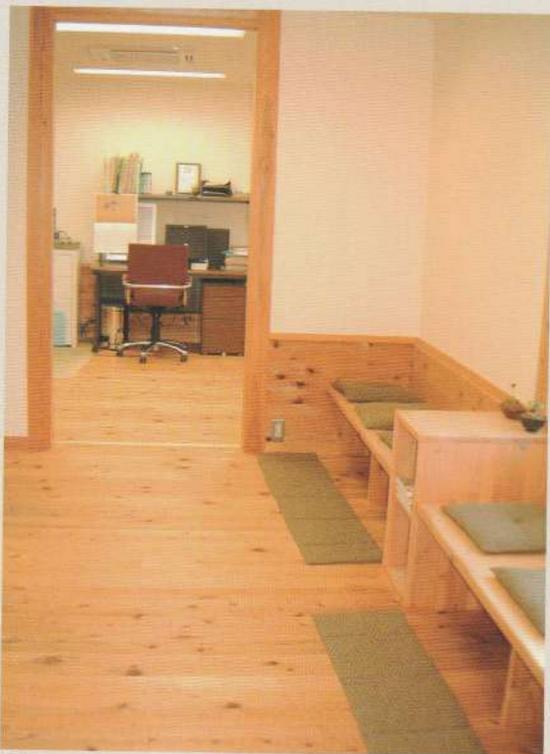
■互いにふれあいながらお年寄りたちが楽しい一日を過ごす



■入居している「たんぽぽ」は木の香りあふれる通所介護施設



■クリニックは診療室も備え通院も可能な体制となっている



■床や腰壁にスギをふんだんに使ったクリニックの待合室

## Report 5

患者本位の訪問診療を実践。  
地域福祉を担う在宅ケアクリニック。

### つばくろ在宅ケアクリニック



■2階建ての住居の隣に平屋の診療所とデイサービスを併設

■トップライトと丸太の梁を組み合わせた天井部分が「個性的



人の家に来て来て信頼の巣を  
育む「つばめ」のように。

藤枝市の住宅地にある「つばくろ在宅ケアクリニック」は、少子高齢化時代を迎え、求められる在宅医療に因應するために平成14年9月にオープンした診療所。内科、泌尿器科、外科を診療科とし、患者の容体に応じて、月2回から数回、自宅へ定期的に訪問して診療を行っている。寝たきりになり、通院が困難な患者も、自宅で医療が受けられるので安心。家族の負担を軽減する親身なサポートが特徴となっている。「本来、人にやさしくあるべき医療施設を、気持ちや身体に近いムクの木や漆喰でつくることができ、建築物自体に人をいやす力をもたように思う」。そう設計者が語るように、天竜スギを主材に自然素材ならではのやすらぎが漂う空間に仕上がっている。

病院や介護サービスとのネットワークづくりも重視。

クリニックの別棟には通所介護の事業所である「たんぽぽ」が入居。介護が必要な高齢者を自宅からこへ送り出し、一日を過ごしてもらおうデイサービスを行っている。食事や入浴、レクリエーション、そして健康状態についてのチェックやアドバイスなど介護サービスも充実。木の香りが漂う明るい室内で、お年寄りどうし、有意義な一日を過ごしている。「つばくろ在宅ケアクリニック」は、この「たんぽぽ」と情報を交換したり、藤枝や焼津の市立病院、自治体などとも連携しながら、それぞれの役割を補完しあっている。地域福祉の明日へ、このクリニックからケアと医療のネットワークが広がることだろう。

#### (建築DATA)

所在地:静岡県藤枝市高柳1491-1  
設計:住まい塾 青島工房 一級建築士事務所  
施工:駿河工房(株)  
構造:木造2階建  
敷地面積:999.51㎡  
建築面積:316.47㎡  
延床面積:366.04㎡  
主たる使用木材:スギ  
URL [www.ne.jp/asahi/homecare/tsubakuro/](http://www.ne.jp/asahi/homecare/tsubakuro/)



■住居となる2階への階段口にも木がたっぷり使われている



■スギ張りの高い天井には送風扇が回りリゾート気分たっぷり



■カウンターと入り口横のベンチはタモの木でつくられている



■大きなガラスがはめ込まれた窓から電車の線路が見える



■木の空間によく似合う3台の客席はイタリア製

■木の香の中とてもリラックスできそうなシャンプーチェア

■2階が住居スペースとなっている店舗は耐震性も考慮されている



## Report 6

自然な美しさを何よりも大切にする  
街中のオアシスのような美容室。

佐織美容室

内装から備品、  
シャンプー類まで  
自然志向にこだわって

店内の大きなガラスの窓から時折、電車が通るのが見える。平成16年2月にオープンした佐織美容室は私鉄の駅からほど近い線路沿いにあるナチュラル志向の美容室。「自然素材にこだわって、くつろげる雰囲気のお店にしたかった」。そんな女性オーナーの言葉どおり、店内はヒノキの柱、スギの腰壁と天井、漆喰壁、タモの木の本棚やカウンターなど、自然素材を活用した仕上がりとなっている。さらに徹底しているのは、シャンプーやお肌の手入れに用いる品々まで天然成分に気をつけていること。「顧客にやすらぎと安心を与えたい」そんなオーナーの思いがこの店の椅子に座ると伝わってくるはずだ。

くつろいだ雰囲気での  
顧客とコミュニケーション。

「日立ち仕事をしていても足が疲れにくいし、居心地もいいですね」足元の木の床に視線をおとしながら、この店で働く女性スタッフたちは口を揃える。彼女たちがお客さんにとっても心地よい空間でないはずがない。「気持ちがいい」「落ち着く」と利用者の評判も上々。中にはあまりにも快適なので、眠り込んでしまう人もおるとか。この美容室はただ髪をカットしたり、ヘアスタイルを変えるだけのお店ではない。ここは顧客にとってリラクゼーションとリフレッシュの場。まさに街中にある「自然と調和した癒しの空間」と呼ぶのにふさわしい美容室といえよう。

### 〈建築DATA〉

所在地: 静岡県静岡市相生町12-11  
設計: 松永工務店  
施工: 松永工務店  
構造: 木造2階建  
敷地面積: 80.33㎡  
建築面積: 43.74㎡  
延床面積: 81.59㎡  
主たる使用木材: スギ、ヒノキ、ベイマツ



# 木で。3K。けん木ねん

静岡県木材協同組合連合会

〒420-8601 静岡市追手町9番6号 県庁西館9階  
 TEL.054-252-3168 FAX.054-251-3483  
 e-mail: s-mokuren@mail.wbs.ne.jp  
 http://www2.wbs.ne.jp/~smokuren

※本資料の無断転載を禁じます。

R100

本誌は古紙配合率100%の再生紙を使用しています。